香港先進田徑會
HONG KONG MASTERS ATHLETICS CLUB LIMITED

香港先進田徑會
第七屆香港先進田徑錦標賽

天水圍運動場
27/Nov, 4/Dec 2022

女子 W55 - 100米 (初/決賽)

紀錄	成績	紀錄保持者	賽事	地點	日期
WMA Record	12.24	JULIE BRIMS		CANBERRA, AUS	2021/02/13
香港田徑總會紀錄	11.62	LAM ON KI 林安琪	2019年亞洲田徑錦標賽	卡達國家體育場	2019/04/21
先進田徑錦標賽紀錄	14.02	TSE Wah Sau 謝華秀	香港先進田徑錦標賽 2014	灣仔運動場	2014/11/02

2022/12/04 Start: 13:25 21°C 73%

名次	組別/線道	NAME	姓名	團體 / 賽員編號	成績	風速	備註
1	7	LUNG WAI LAN	龍惠蘭	55608 培僑	14.85"	-0.3	
2	3	LEUNG YUEN FAN JENNIFER	梁婉芬	55606 南華	16.52"	+0.8	
3	3	LEUNG YUEN MAN MANDY	梁婉文	55607 南華	16.91"	-0.3	
4	5	TIN KWAI YING	田桂英	55612 南華	19.00"	-0.3	
5	6	SUM WAI CHING	岑惠貞	55610 南華	19.27"	+0.8	
6	4	CHAN CHUK KWAN BOO	陳竹筠	55588 培僑	19.39"	-0.3	
7	2	CHUNG SIU FONG MIRANDA	鍾少芳	55597 南華	19.46"	-0.3	
8	4	LEUNG SUET KING	梁雪琼	55605 南華	19.94"	+0.8	
	5	CHANG CHI KWAN	張志群	55589 培僑	DNS	+0.8	
	7	CHU SIU LING PANCY	朱少玲	55595 南華	DNS	+0.8	
	6	HUNG KA YEE MARGARET	洪家儀	55599 南華	DNS	-0.3	

香港先進田徑會
HONG KONG MASTERS ATHLETICS CLUB LIMITED

香港先進田徑會
第七屆香港先進田徑錦標賽

天水圍運動場
27/Nov, 4/Dec 2022

女子 W55 - 200米 (初/決賽)

紀錄	成績	紀錄保持者	賽事	地點	日期
WMA Record	25.07	JULIE BRIMS		BRISBANE, AUS	2021/03/07
香港田徑總會紀錄	23.79	WAN KIN YEE 溫健儀			1999/05/16
先進田徑錦標賽紀錄	30.35	LUNG WAI LAN 龍惠蘭	第六屆香港先進田徑錦標賽	將軍澳運動場	2021/09/11

2022/11/27 Start: 09:15 23°C 89%

名次	組別/線道	NAME	姓名	團體 / 賽員編號	成績	風速	備註
1	6	LUNG WAI LAN	龍惠蘭	55608 培僑	30.62"	+2.2	
2	7	CHU SIU LING PANCY	朱少玲	55595 南華	33.45"	+1.4	
3	5	LEUNG YUEN FAN JENNIFER	梁婉芬	55606 南華	34.82"	+2.2	
4	8	LEUNG YUEN MAN MANDY	梁婉文	55607 南華	37.91"	+2.2	
5	5	TIN KWAI YING	田桂英	55612 南華	39.72"	+1.4	
6	7	CHUI SIU MIU MARGARET‘	崔少妙	55596 宇宙	40.68"	+2.2	
7	6	HO MEI NUNG SARA	何美濃	55598 南華	45.46"	+1.4	

香港先進田徑會
HONG KONG MASTERS ATHLETICS CLUB LIMITED

香港先進田徑會
第七屆香港先進田徑錦標賽

天水圍運動場
27/Nov, 4/Dec 2022

女子 W55 - 3000米競走 (初/決賽)

紀錄	成績	紀錄保持者	賽事	地點	日期
WMA Record	14:16.41	LYNETTE VENTRIS		PERTH, AUS	2012/03/24
先進田徑錦標賽紀錄	17:18.22	KWAN Siu Yin 關小燕	香港先進田徑錦標賽 2016	灣仔運動場	2016/10/29

2022/11/27　Start: 08:30　23°C　89%

名次	組別/線道	NAME	姓名	團體 / 賽員編號	成績	備註
1	11	LAM SUK LAN	林淑蘭	55601 神行太保	18'43.98"	
2	12	LAU YUK KING	劉玉琼	55602 香港競走社	23'38.98"	
3	10	LEUNG PIK KWAN MICHELLE	梁碧君	55604 拔萃	24'09.32"	

女子 W55 - 400米 (初/決賽)

紀錄	成績	紀錄保持者	賽事	地點	日期
WMA Record	59.36	JULIE BRIMS		BRISBANE, AUS	2021/01/23
香港田徑總會紀錄	55.03	WAN KIN YEE 溫健儀			1999/03/02
先進田徑錦標賽紀錄	1:10.01	LUNG WAI LAN 龍惠蘭	第六屆香港先進田徑錦標賽	將軍澳運動場	2021/09/12

2022/12/04 Start: 11:00 21˚C 73%

名次	組別/線道	NAME	姓名	團體 / 賽員編號	成績	備註
1	4	LUNG WAI LAN	龍惠蘭	55608 培僑	1'14.66"	
2	5	YUEN KIT YEE	阮潔儀	55616 南華	1'23.60"	
3	3	CHUI SIU MIU MARGARET‘	崔少妙	55596 宇宙	1'35.12"	
	6	LAI INGRID	黎瑞年	55600 拔萃	DNS	

香港先進田徑會
HONG KONG MASTERS ATHLETICS CLUB LIMITED

香港先進田徑會
第七屆香港先進田徑錦標賽

天水圍運動場
27/Nov, 4/Dec 2022

女子 W55 - 4X100米 (初/決賽)

紀錄	成績	紀錄保持者	賽事	地點	日期
WMA Record	54.05	TRIOLO, ALLEN, SHOOK, UPSHAW		MALAGA, ESP	2018/09/15
香港田徑總會紀錄	45.50	陳皓怡, 梁巧詩, 方綺蓓, 潘栢茵			2011/08/20
先進田徑錦標賽紀錄	58.38	SCAA W55 4X100M (A)	第六屆香港先進田徑錦標賽	將軍澳運動場	2021/09/11

04 2022/12/04 Start: 15:00 21°C 73%

名次	組別/線道	NAME	姓名	團體 / 賽員編號	成績	備註
1	3	南華 W55 4X100M (A)		南華	1'19.0"	
2	5	培僑 W55 4X100M		培僑	1'29.0"	
	4	南華 W55 4X100M (B)		南華	DQ	TR17.3.2 踏在或跑進分道內側 infringement of the inside border (not run in lanes)

long jump
javelin
5000m
shot put
discus
hurdles
80m
100m
800m
200m
3000m walk
high jump
steeplechase
100m hurdles
110m
400m
4x100m
4x400m

女子 W55 - 4X400米 (初/決賽)

紀錄	成績	紀錄保持者	賽事	地點	日期
WMA Record	4:23.52	MCDONALD,VALLE,ROHL,BROCKNE		AMES, USA	2021/07/25
香港田徑總會紀錄	3:50.29	蔡仁靖 陳綺琪 潘幸慧 林浩茵			2014/06/15
先進田徑錦標賽紀錄	5:24.12	SCAA W55 4X400M (A)	第六屆香港先進田徑錦標賽	將軍澳運動場	2021/09/12

2022/11/27 Start: 15:10 26°C 79%

名次	組別/線道	NAME	姓名	團體 / 賽員編號	成績	備註
1	3	南華 W55 4X400M (A)		南華	5'59.03"	
2	5	HKLRRC W55 4X400M		HKLRRC	6'55.28"	
3	4	南華 W55 4X400M (B)		南華	7'21.72"	
4	6	培僑 W55 4X400M 鄔燕華, 陳竹筠, 陳慧華, 龍惠蘭		培僑	7'24.03"	

香港先進田徑會
HONG KONG MASTERS ATHLETICS CLUB LIMITED

香港先進田徑會
第七屆香港先進田徑錦標賽

天水圍運動場
27/Nov, 4/Dec 2022

女子 W55 - 5000米 (初/決賽)

紀錄	成績	紀錄保持者	賽事	地點	日期
WMA Record	17:29.28	SILKE SCHMIDT		EINDHOVEN, NED	2015/06/27
香港田徑總會紀錄	15:45.87	CHAN MAN YEE MAGGIE 陳敏儀			2002/05/03
先進田徑錦標賽紀錄	24:22.85	LEUNG HOI LUN HELEN 梁海倫	第六屆香港先進田徑錦標賽	將軍澳運動場	2021/09/11

04 2022/12/04 Start: 10:00 20°C 78%

名次	組別/線道	NAME	姓名	團體 / 賽員編號	成績	備註
1	28	LAI INGRID	黎瑞年	55600 拔萃	24'52.00"	
2	26	CHEUNG CHI TING TRACY	張慈婷	55591 樂華	25'18.00"	
3	27	WU YIN WAH	鄔燕華	55615 培僑	28'42.38"	
	25	LEUNG HOI LUN HELEN	梁海倫	55603 樂華	DNS	

long jump javelin 5000m shot put discus 100m 80m hurdles 200m 800m high jump 3000m walk 100m hurdles 4x100m 4x400m 110m 400m

女子 W55 - 800米 (初/決賽)

紀錄	成績	紀錄保持者	賽事	地點	日期
WMA Record	2:19.63	ANNE GILSHINAN		LEIXLIP, IRE	2019/06/08
香港田徑總會紀錄	2:11.92	LI YIN YEE 李燕儀			1996/11/03
先進田徑錦標賽紀錄	3:11.97	LEE Suet Lin Shirley 李雪蓮	香港先進田徑錦標賽 2016	灣仔運動場	2016/10/29

2022/11/27 Start: 10:55 25°C 79%

名次	組別/線道	NAME	姓名	團體 / 賽員編號	成績	備註
1	10	LAI INGRID	黎瑞年	55600 拔萃	2'59.18"	(R)
2	9	CHUI SIU MIU MARGARET'	崔少妙	55596 宇宙	3'20.00"	
3	8	WU YIN WAH	鄔燕華	55615 培僑	4'03.18"	

香港先進田徑會
HONG KONG MASTERS ATHLETICS CLUB LIMITED

香港先進田徑會

第七屆香港先進田徑錦標賽

天水圍運動場
27/Nov, 4/Dec 2022

女子 W55 - 80米欄 (初/決賽)

紀錄	成績	紀錄保持者	賽事	地點	日期
WMA Record	12.31	HELGI LAMP		HAAPSALU, EST	1999/07/17

2022/12/04 Start: 09:25 20°C 78%

名次	組別/線道	NAME	姓名	團體 / 賽員編號	成績	風速	備註
1	6	LUNG WAI LAN	龍惠蘭	55608 培僑	16.70"	+0.2	
2	5	LEUNG YUEN FAN JENNIFER	梁婉芬	55606 南華	19.20"	+0.2	

香港先進田徑會
HONG KONG MASTERS ATHLETICS CLUB LIMITED

香港先進田徑會
第七屆香港先進田徑錦標賽

天水圍運動場
27/Nov, 4/Dec 2022

女子 W55 - 推鉛球 (初/決賽)

紀錄	成績	紀錄保持者	賽事	地點	日期
WMA Record	14.47	SIGRIN KOFINK		TURKU, FIN	1991/07/21
先進田徑錦標賽紀錄	8.86	MAK Lai Fun	香港先進田徑錦標賽 2014	灣仔運動場	2014/11/02

2022/12/04 Start: 15:20 21°C 73%

名次	組別/排序	NAME	團體 / 賽員編號	成績	備註	1	2	3
1	8	CHEUNG MAY HUNG MONITA 張美紅	55593 南華	8.49m.		8.49	8.06	7.98
2	4	WONG KAM FUNG 黃金鳳	55614 培僑	7.91m.		7.91	7.51	7.84
3	5	LEUNG YUEN MAN MANDY 梁婉文	55607 南華	6.83m.		6.83	6.82	6.50
4	9	LUNG WAI LAN 龍惠蘭	55608 培僑	6.57m.		6.05	6.57	6.25
5	1	TAI MIU KUEN ALICE 戴妙娟	55611 拔萃	5.97m.		5.72	5.75	5.97
6	3	SOONG KAREN 宋加恩	55609 拔萃	5.93m.		5.80	5.71	5.93
	2	CHANG CHI KWAN 張志群	55589 培僑	DNS				
	7	CHU SIU LING PANCY 朱少玲	55595 南華	DNS				
	6	LAI INGRID 黎瑞年	55600 拔萃	DNS				

香港先進田徑會

第七屆香港先進田徑錦標賽

女子 W55 - 跳遠 (初/決賽)

紀錄	成績	紀錄保持者	賽事	地點	日期
WMA Record	5.06	RAMONA PFEIFFER		ESSEN, GER	2016/09/03
	5.06	NERINGA JAKSTIENE		ALBUQUERQUE,	2019/06/16
香港田徑總會紀錄	6.31	YUE YA XIN 俞雅欣	Napoli 2019 Summer Universiade	Naples	2019/07/09
先進田徑錦標賽紀錄	3.95	TSE Wah Sau 謝華秀	香港先進田徑錦標賽 2016	灣仔運動場	2016/10/29

2022/11/27 Start: 15:50 26°C 79%

名次	組別/排序	NAME	團體 / 賽員編號	成績	備註	1	2	3
1	3	LUNG WAI LAN 龍惠蘭	55608 培僑	3.76m.		3.76 -0.1	3.61 +0.0	3.61 -0.2
2	1	HUNG KA YEE MARGARET 洪家儀	55599 南華	3.65m.		3.39 -0.3	3.65 -0.1	3.51 -0.3
3	4	CHU SIU LING PANCY 朱少玲	55595 南華	3.63m.		3.61 +0.9	3.44 +0.2	3.63 +0.3
4	2	LEUNG YUEN MAN MANDY 梁婉文	55607 南華	3.06m.		2.46 -0.7	3.06 +0.2	3.00 -0.0

香港先進田徑會
HONG KONG MASTERS ATHLETICS CLUB LIMITED

香港先進田徑會
第七屆香港先進田徑錦標賽

天水圍運動場
27/Nov, 4/Dec 2022

女子 W55 - 擲標槍 (初/決賽)

紀錄	成績	紀錄保持者	賽事	地點	日期
WMA Record	44.44	NATAŠA BEZJAK URBANČ Ič		POTSDAM, GER	2002/08/21
先進田徑錦標賽紀錄	22.76	TO Moon Chi 杜滿芝	香港先進田徑錦標賽 2017	將軍澳運動場	2017/11/11

2022/11/27　Start: 09:05　23°C　89%

名次	組別/排序	NAME	團體 / 賽員編號	成績	備註	1	2	3
1	11	WONG KAM FUNG 黃金鳳	55614 培僑	18.79m.		15.52	18.79	18.30
2	12	CHEUNG MAY HUNG MONITA 張美紅	55593 南華	18.64m.		18.21	X	18.64
3	7	SOONG KAREN 宋加恩	55609 拔萃	17.20m.		15.95	X	17.20
4	3	U CHUEN MING KATHERINE 胡川明	55613 拔萃	16.14m.		15.89	X	16.14
5	9	LUNG WAI LAN 龍惠蘭	55608 培僑	16.02m.		12.50	16.02	14.04
6	2	TAI MIU KUEN ALICE 戴妙娟	55611 拔萃	15.04m.		13.94	15.00	15.04
7	6	LEUNG YUEN MAN MANDY 梁婉文	55607 南華	14.43m.		13.37	14.43	X
8	1	CHU SIU LING PANCY 朱少玲	55595 南華	10.09m.		10.09	-	-
	8	LAI INGRID 黎瑞年	55600 拔萃		DNS			
	5	LEUNG SUET KING 梁雪琼	55605 南華		DNS			
	4	CHANG CHI KWAN 張志群	55589 培僑		DNS			
	10	HO MEI NUNG SARA 何美濃	55598 南華		NM	-	-	X

女子 W55 - 擲鐵餅 (初/決賽)

紀錄	成績	紀錄保持者	賽事	地點	日期
WMA Record	43.36	TAMARA DANILOVA		PRIEN, GER	1996/08/10
香港田徑總會紀錄	42.55	TO YUEN KWAN 杜婉筠			2019/03/10
先進田徑錦標賽紀錄	18.76	LAI Yin Mei 黎賢美	香港先進田徑錦標賽 2017	將軍澳運動場	2017/11/11

2022/12/04 Start: 11:25 21°C 73%

名次	組別/排序	NAME	團體 / 賽員編號	成績	備註	1	2	3
1	6	CHEUNG MAY HUNG MONITA 張美紅	55593 南華	19.35m.	(R)	19.19	19.35	x
2	1	LUNG WAI LAN 龍惠蘭	55608 培僑	17.86m.		17.86	16.25	x
3	4	WONG KAM FUNG 黃金鳳	55614 培僑	17.71m.		17.71	16.77	15.93
4	5	LEUNG YUEN MAN MANDY 梁婉文	55607 南華	13.33m.		13.33	x	12.20
5	3	U CHUEN MING KATHERINE 胡川明	55613 拔萃	12.39m.		x	x	12.39
	2	CHU SIU LING PANCY 朱少玲	55595 南華	DNS				